

E' forse il pane più antico della nostra terra, l'Ogliastra, anche se ancora mantiene inalterato i profumi e i sapori di un tempo. Viene sapientemente lavorato dalle abili mani delle massaie per assumere forme e spessori diversi a seconda dei paesi. Su pistoccu è senza dubbio il tipico pane locale, sottile e secco, si conserva inalterato per tanto tempo se tenuto lontano dall'umidità. Gli ingredienti tipici sono la semola e la farina ottenuta da grano duro, acqua, sale e lievito, meglio se sardo "su frammentu" o "imbonadori". Dopo la lavorazione di tali ingredienti si aspetta un paio d'ore la naturale lievitazione della pasta dentro "s'impastera", accuratamente ricoperta da un candido lenzuolo bianco e da coperte per mantenere la giusta temperatura. Terminata la lievitazione i pani vengono stesi col mattarello sul tavolo "sa mesa de fai pani", ridotti in sfoglie e tagliati nella forma desiderata. A questo punto il pistoccu è pronto per essere infornato. Dopo aver saggiato la temperatura del forno a legno che sfiora gli oltre 300 C° i fogli di pasta vengono inseriti uno alla volta nel forno con "sa paila", quando i fogli si gonfiano sono pronti per essere sfornati. Dopo averli lasciati raffreddare i fogli di pistoccu sono pronti per essere consumati, generalmente in giornata. Infatti il pistoccu è destinato ad una lunga conservazione e per questo motivo i fogli raffreddati vengono divisi in due parti con un coltello ed infornati per la seconda volta per assumere il caratteristico aspetto croccante.

Un tempo il pistoccu costituiva il pane sia delle famiglie loceresi benestanti, nelle due varianti, classico o integrale con l'aggiunta di cruschetto o delle famiglie meno abbienti contadini e pastori con farina d'orzo. Curiosando qua e là tra le usanze popolari di questa antica civiltà della Sardegna, ho potuto notare che ancor oggi le varie metodologie di lavorazione restano inossidabili e resistono nel tempo, almeno nel privato anche se nella produzione industriale i forni elettrici, il taglio, la lavorazione della pasta hanno soppiantato i tradizionali forni a legno e le abili mani delle massaie. Grazie ai nostri metodi di lavorazione popolari che rispettano la tradizione, il pistoccu mantiene ancora oggi tutto il sapore rustico di un tempo, ricordo e simbolo dell'originalità di un popolo e di una terra quella della Sardegna che è difficile non amare.

Il Pistoccu può essere mangiato asciutto, ma bagnato con poca acqua lo rende ancora più saporito e fragrante soprattutto se accompagnato ai tradizionali insaccati sardi, come il prosciutto, la pancetta, il guanciale, i salumi, per non parlare dei formaggi come il pecorino o il casu ascedu, le olive condite con olio sale aglio e prezzemolo e infine con gli arrostiti di porchetto, agnello e capretto tutto rigorosamente sardo. Il pistoccu trae probabilmente le radici del nome nella storia di Roma, dove le antiche corporazioni di fornai erano chiamate "Pistores". Si tratta di un pane caratteristico, secco, usato così come nelle popolazioni e nelle cucine del Medio Oriente, a mo' di piatto. I luoghi d'origine sono nel centro Sardegna, Ogliastra e Barbagia, ma diffusissimo oramai su tutto il territorio regionale. Abbiamo quindi "la carta da musica" sottilissima, schiacciata, di foggia rotonda, "su pani carasau" leggermente più consistente di forma tondeggiante o quadra. In epoca successiva si aggiunge la "spianata" sarda, di pasta morbida, molto simile come aspetto alla piadina romagnola.

{igallery id="2625" cid="5" pid="1" type="classic" children="1" showmenu="1" tags="" limit="0"}